

# informatiu



*Balcó de Pineta (Foto: R. Curtichs)*

# ESCALAR A LA SEIXANTENA

## SANT PERE DE MONTGRONY

Avui és diumenge, 8 de gener del 2012. Sóc a Montgrony, al Ripollès. Cap núvol toca el cel. Un sol d'hivern fa una escalfor molt agradable que convida a treure's l'anorac. Busco preses a la roca aspra, les busco per posar-hi els dits de les mans i la sola de goma dels peus de gat. El company, Pep Rovira, ha muntat una reunió ferma i em dirigeix des de dalt.

- Desvia't una mica cap a la dreta -em diu-. La mà esquerra trobarà una bona presa.

Jo obeeixo, vull fer-ho bé, desitjo quedar bé davant el company. Sóc conscient que la meva postura és l'antítesi de l'agilitat i que el meu estil no és bo. Penso que en alguna cosa s'ha de notar que m'he fet gran. Pujo lentament. Un escalador em va dir que s'havia de ballar sobre la paret, jo no ho faig, de fet, el ball mai m'ha agradat!

No defujo el buit, m'hi enfronto, m'hi encaro, el miro de tu a tu. A sota hi tinc els cimalls de les capçades dels pins i dels roures; al fons, molt avall, puc veure el nucli de Gombrèn que em recorda el poble de suro en el qual, jo i el meu nét Martí, hem guarnit el pessebre de Nadal. El petit poble està difuminat per una boirina i tinc la sensació que de la prima calitja flueix una força misteriosa que m'empeny cap a dalt, cap al meu objectiu: un objectiu allargassat que s'inicia amb uns peus de gat de color taronja, que estan units a unes llargues cames que duen cap a un cos que acaba amb un rostre; és la cara de l'amig en qui he dipositat tota la meva confiança i que em sosté amb la corda.

Ahir dissabte, a la seva parada de camises de la plaça de Vic, en Pep Rovira em va preguntar si em faria gràcia provar alguna via d'escalada de les moltes que hi ha a Montgrony.

- Si vols podem anar-hi -em va dir-. Ja en triaré alguna de les que "no tiben".

- No cal que matinem -va afegir-, cal deixar que el sol escalfi la pedra, perquè la roca freda rebutja la mà.

En Pep em va explicar que amb l'escalfor la mà s'aferra bé a les preses i que acariciar una paret calenta és com amanyagar la pell calenta d'un cos nu.

Una proposta tan temptadora tan sols pot tenir una resposta, una resposta fàcil, sobretot si és feta un dissabte a les dues del migdia al bell mig de la plaça de Vic.

Mes, de nit esperant la són, ben colgat al llit, les coses es veuen d'una altra manera.

- Vols dir, Queló, que a la teva edat has d'anar a escalar?

De nit, la consciència és converteix en un advocat del diable. Fa preguntes i et demana respostes: "Que potser no recordes que ets avi de dos néts i que fa poc has celebrat el teu 63 Nadal?" "Vols dir que és prudent arrossegar els teus ossos de iaio per una paret de Mongrony?"

La son és triganera. Jo voldria que arribés aviat. Dormir és allunyar-se de la realitat, aquesta realitat aclaparadora que sovint ens cau a sobre.

## L'AVENTURA D'ENVELLIR

*L'aventura d'envellir* és el un títol d'un llibre de Teresa Pàmies que vaig llegir ja fa uns quants anys. M'he fet un tip de buscar el llibre per les prestatgeries dels mobles de casa i no hi ha hagut forma de trobar-lo. És ben certa la dita que "de llibres i de paraigües no se'n tornen gaires". Recordo haver llegit, i per tant, cito de memòria que, per l'autora, l'aventura del envelliment es podia resumir en el verb renunciar. Pàmies deia que per assaborir un bon envelliment calia renunciar a tot allò que, per qüestions òbvies, no podfem

seguir fent i no renunciar a tot allò que sí que podem seguir duent a terme. El consell de Teresa Pàmies és bo, però genera un dubte: on cal posar el llistó?

Carlos Soria, un dels meus ídols de l'alpinisme, té setanta-dos anys i segueix escalant muntanyes de vuit mil metres. Fa uns quants dies el programa televisiu *Al Filo de lo Imposible* va dedicar-li un documental. Carlos va explicar que té molt clar això de la renúncia. Soria deixarà d'escalar vuit mils abans de fer el ridícul.

Caldrà, doncs, estar atent i evitar "fer el ridícul" quan arribi la inevitable "tristor del declivi", frase que també cito de memòria i que, si mal no recordo, va escriure Walther Bonati, el gran alpinista i escriptor mort fa pocs mesos.

Fa uns quants dies, Lluís Amiguet va entrevistar a Jonas Mekas a "La Contra" de *La Vanguardia*. Mekas és un cineasta independent que té vuitanta-nou anys i segueix filmant cada dia. Diu que és jove perquè encara no ha creuat la línia d'ombra. Joseph Conrad va escriure una novel·la, *La línia d'ombra*, en la qual explica que hi ha un moment de les nostres vides en què comencem a mirar enrere i ens oblidem de l'instant i del futur. Una línia, un llistó... Una determinació: cal seguir anant endavant.

L'envelliment d'un alpinista és més complicat que l'envelliment d'un cineasta. En l'alpinisme hi ha una cosa molt important que és la forma física.

Aquests dies, estic llegint el llibre de Haruki Murakami *De què parlo quan parlo de córrer*.

Murakami (Kyoto, 1949, llicenciat en literatura a la Universitat de Waseda) és un escriptor japonès, un any més jove que jo, que, durant els primers anys de la seva carrera literària, va compaginar l'escriptura amb la regència d'un local de jazz i que s'ha fet famós escrivint novel·les per als joves. Possiblement jo no hauria descobert Murakami si el japonès no hagués escrit un llibre sobre córrer. La meva neboda, Maria, va quedar sorpresa quan va veure que el seu oncle tenia a les mans un llibre del japonès.

- Oncle -em va demanar, com és que llegeixes Murakami?

- Que coneixes aquest autor? -li vaig preguntar. La Maria em va dir que era un des seus escriptors preferits i em va citar de memòria els títols de les novel·les que havia llegit.

El llibre sobre córrer de Murakami és una mena de autobiografia. Resulta que el japonès té tendència a l'obesitat i quan va deixar la feina del bar per dedicar-se exclusivament a escriure es va engreixar de mala manera. Per perdre pes, Murakami va començar a córrer quan tenia poc més de trenta anys i ara que ja en te seixanta encara segueix corrent. Murakami escriu: "M'he fet gran i això es nota: en alguna cosa s'ha de notar!" El japonès ja no pot fer les marques que feia en les seves maratons, però no per això ha deixat de córrer.

Christopher McDougall ha escrit un llibre, *Nascuts per córrer* (Edicions La Campana), que us recomano. L'autor escriu: "Un no deixa de córrer perquè es fa vell; un es fa vell perquè deixa de córrer".

La filosofia sobre córrer la podem aplicar a l'alpinisme. Amb aquesta forma de pensar, podeu entendre que a seixanta-tres anys encara m'agradi penjar-me sobre el buit ben agafat a una corda.

## **TORNEM A MONTGRONY**

Ja fa estona que estic escalant i els braços em comencen a fallar; perdo força. Arribat a la reunió, dono les gràcies a en Pep i li dic que ja estic satisfet, que per avui ja en tinc prou. Amb un ràpel baixo fins al peu de la paret.

Quan pleguem la corda, arriba una parella molt jove. Ella és molt atractiva, però, a la vista, una inexperta; ell, un escalador experimentat que porta una llibre d'escalada a la mà. Busca una via fàcil, ressenyada en la guia, que ha triat perquè ella pugui fer els primers passos.

- Senyor -li demana a en Pep-, sap on és aquesta via?

- La tens aquí, al costat -li contesta en Pep- però no em diguis senyor -li recrimina.

- A mi sí que em pots dir senyor -li dic jo.

Al peu de la paret hi ha un esglaió de roca que s'ha de saltar. Ofereixo la mà a la xiqueta i aixecant el braç l'ajudo a saltar.

- Així, com una princesa -li dic.

No puc estar-me de pensar que és lògic que ella, la princesa, sigui aquí per fer els primers passos d'escalada de la mateixa manera que és il·lògic que jo, que per ella soc un senyor, estigui fent el mateix.

Tot depèn d'on col·loquem el llistó: el llistó o la línia d'ombra, la línia que ens marca l'instant en el qual deixem de mirar endavant.

**Miquel Ylla**

*Montgrony (8 de gener de 2012)*

## EL BALCÓ DE PINETA

Cada any, el Centre Excursionista de Taradell organitza una sortida al Pirineu, durant el mes d'agost, a fer un cim que superi els 3.000 metres, però aquest any s'ha decidit pujar al Balcó de Pineta de 2.640 metres, des de l'aparcament que hi ha sota del Parador de Bielsa a una altitud de 1.300 metres. Així doncs, el divendres dia 9 d'agost vam sortir amb tres cotxes de Taradell: la Maria Rosa Coromina, la Maria Àngels Pujol, la Maria Rosa Vilardell (la Vili), la Maria José Martínez (Mariajo), la Carme Delgado, en Josep Bagaria, en Ramon Serra, en Josep Codina i jo, Ramon Curtichs. Vàrem fer nit al refugi de Pineta on vam sopar i planificar la sortida del dissabte dia 10.

Tot el grup ens vam posar en marxa a les 7.15 hores, del dissabte, després d'esmorzar, i vam seguir una pista bastant planera d'un bosc molt dens d'arbres que tapaven el cel i feia la sensació que érem en un túnel. Poc més enllà baixava un bon salt d'aigua que el vam travessar. Tot seguit, ens vam endinsar en un bosc ja amb pujada i, en sortir del bosc, ja es veia la gran muntanya rocallosa i molt vertical que havíem de superar amb moltes llaçades i travessant torrents, fins que vam haver fet els 1.340 metres de desnivell que hi havia fins al Balcó de Pineta, amb una distància de 16,600 km i que ho vam fer en un temps de 4.30 hores.

El Balcó està situat a 2.640 metres, a la cara nord del Mont Perdut i del Cilindre. La vista és impressionant. Teníem el Mont Perdut i el Cilindre a tocar. El dia era radiant, ni un núvol, cosa rara al Pirineu. Una vegada fetes les fotos de rigor, continuàrem fins al llac de Marboré a una mitja hora de distància, El llac encara conservava una bona capa de glaç i al davant es podia veure el pic de Tucarroya amb el seu refugi. En aquest llac vam dinar una mica i alguns van aprofitar per refrescar els peus en una aigua molt freda. Una vegada descansats vam retornar cap al Balcó de Pineta i vam emprendre la baixada que va durar unes 3 hores fins a l'aparcament on hi ha un bar en què van aprofitar per prendre-hi una cervesa fresca i d'altres begudes per descansar i brindar per l'èxit d'haver



*Participants a la sortida al balcó de Pineta (Foto: R. Curtichs)*

pogut pujar tot el grup i vam tenir en el pensament l'Àngel Danès i en Torino que aquest any no van poder venir per qüestió de salut. Per telèfon, ens vam posar en contacte amb l'Àngel a qui vam desitjar una bona recuperació, i va estar molt content que en hagués anat molt bé.

El diumenge dia 11 vam fer turisme per la població francesa de la Mongie, on hi ha un gran observatori al Pic de Midi de Bigorre a 2.877 metres d'altura, que es puja amb una telefèric i que ofereix una visió de tota la serralada dels Pirineus amb una taula on hi ha dibuixada les formes de les muntanyes amb el seus noms. Així que acabada la visita vam emprendre el retorn a Taradell.

*Ramon Curtichs*

## NOTICIARI

### OSONA CAMINA

El diumenge dia 21 de juliol el CET va organitzar una de les caminades de la iniciativa Osona Camina, que és un moviment excursionista nascut aquest 2013, el qual aplega dotze municipis d'Osona amb l'objectiu de fomentar l'excursionisme per a totes les edats, descobrir nous indrets de casa nostra, fer estimar i respectar la natura i fer salut tot caminant amb amics i amigues sense ànim competitiu.

Cada mes s'organitza una caminada a un poble diferent amb un recorregut entre 13 i 15 quilòmetres i no cal inscripció prèvia. Les properes caminades seran:

Els Hostalets de Balenyà - 20 d'octubre - Hora: 8 del matí - Lloc de sortida: plaça Bosch i Jover

Roda de Ter - 10 de novembre - Hora: 8 del matí - Lloc de sortida: plaça Major  
Torelló - 1 de desembre - Hora: 8 del matí - Lloc de sortida: plaça Nova

En la sortida de Taradell hi van participar seixanta-tres excursionistes que van seguir el recorregut següent: sortida de la plaça de les Eres, la font Gran, font del Rabetó, l'Enclusa, la Collada, castell d'en Boix i tornada a Taradell passant pel Pi Gros.

Per a més informació podeu consultar la web:  
<http://osonacamina.wordpress.com/lentitat/>



*Grup d' excursionistes d' Osona Camina al castell d' en Boix (Foto: R. Curtichs)*

## **FESTA DEL SOCI - 2013**

El dissabte dia 20 de juliol es va celebrar la festa del Centre al Centre Cultural Costa i Font, la qual va reunir setanta-cinc persones entre socis i amics.

La primera part de la festa va ser un sopar que va consistir en un bufet lliure amb diferents amanides, seguit de galta de porc amb mongetes i, per acabar, es van servir unes postres fetes pel xocolater de Taradell. Abans dels cafès no va faltar el tradicional brindis que va fer més festiva aquesta celebració de retrobament dels socis.

La segona part de la festa va consistir en l'actuació del músic showman Quim Vila que va oferir el seu espectacle humorístic de cançó irònica i discurs àcid i crític sobre la independència de Catalunya: "Algun altre suggeriment resolutiu i coherent que no sigui un estat independent?"



*Un moment de l'actuació de Quim Vila, durant la festa del CET (Foto: R. Curtichs)*

## **CAMINADA DE FESTA MAJOR**

La caminada de la Festa Major de Taradell, que cada any organitza el CET, es va fer el diumenge dia 18 d'agost i van participar-hi cent vuitanta persones. N'hi havia que eren d'Argentona, Caldes de Montbui, la Garriga o Canovelles, entre altres poblacions. També hi van prendre part una colla d'excursionistes de Los Folloneros, que és un grup de caminadors que s'organitzen via web per assistir a caminades populars.

La sortida de la caminada, com és habitual, va ser a la plaça de les Eres, al voltant de 2/4 de 9 del matí. Com és tradició, abans de donar la sortida es va fer la fotografia del grup de tots els participants per publicar en aquest butlletí.



*Sortida de la caminada de la Festa Major (Foto: R. Curtichs)*

El recorregut de la caminada va ser d'uns 13 quilòmetres i va començar a la plaça de les Eres, es va anar cap a la banda de Seva, es va passar pel Massó i, després, pel pedrò dels Mossos d'Esquadra, es va pujar fins al coll de Goitallops i es va tornar cap a la plaça de les Eres.

Al llarg del recorregut es va instal·lar un punt d'avituallament a la cruïlla de Castanyola, on es donava coca i xocolata; un altre al collet de Goitallops en què es donava aigua abans de començar el camí de baixada, i en arribar a la plaça de les Eres es va oferir un pisco-labis als participants i se'ls va donar una cantimplora verda d'alumini d'un quart de litre amb la inscripció "Centre Excursionista Taradell - Festa Major 2013", com a record de la caminada.

## **LOTERIA DE NADAL**

Aquest any el Centre creu que el número que sortirà premiat en el sorteig de Nadal de la loteria de l'Estat espanyol serà el número 11.379. Qui estigui interessat a adquirir-ne participacions en podrà trobar a la secretaria de l'entitat, en alguns comerços i també en podreu demanar als membres de la Junta.

A la secretaria del CET també hi podreu trobar participacions del número de Nadal de les sortides de Senders, que enguany han apostat pel número 14.267.

## **ASSEGURANCES I LLICÈNCIES ESPORTIVES DE MUNTANYA**

Les llicències de muntanya i les assegurances de 2013 són vàlides fins al 31 de desembre i, per tant, si voleu tenir cobertura des del primer dia del 2014 cal que tramiteu la llicència al més aviat possible. Penseu que al desembre hi ha molts dies festius, entre els ponts i les festes nadalenques, per això a partir del mes de novembre ja podeu passar per la secretaria de l'entitat a encarregar-la. Les llicències del 2014 seran vàlides a partir de l'1 de gener, encara que s'hagin expedit abans.

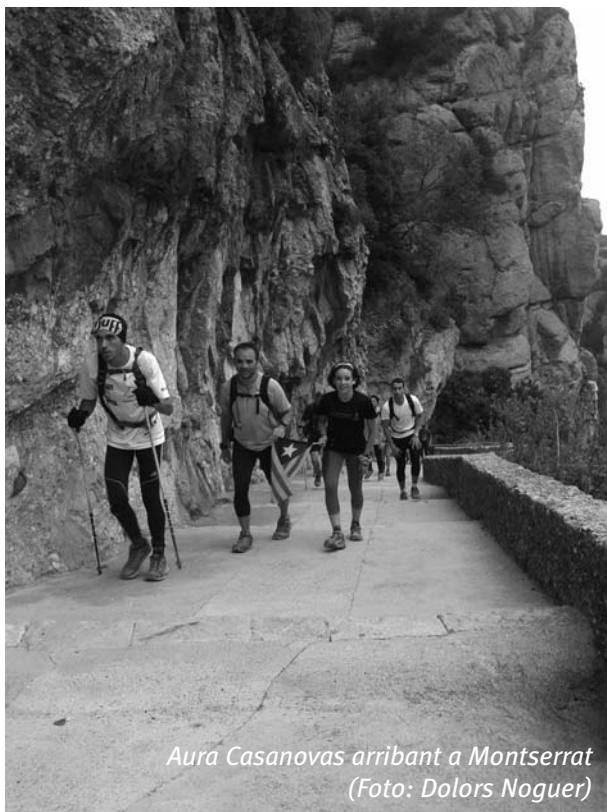
## **PARTICIPACIÓ A LA XXXIV MATAGALLS - MONTSERRAT**

La trenta-quatre edició de la mítica travessa Matagalls-Montserrat, que organitza el Club Excursionista de Gràcia, va tenir lloc els dies 14 i 15 de setembre, i van prendre-hi part uns tres mil participants, que era el límit que havia posat l'organització.

Del Centre Excursionista Taradell, s'hi van inscriure quaranta-quatre excursionistes, trenta-quatre dels quals van poder fer tota la travessa fins a arribar a Montserrat. La participant més jove va ser Aura Casanovas de tretze anys i el més veterà Àngel Tort de setanta anys; tots van arribar molt bé.

Els participants del CET van ser: Ricart Araujo, Albert Ballús, Quico Baraldés, Martí Bigas, Joan Blancafort, Xavier Camps, Pere Casadevall, Miquel Casadevall, Joan Casanovas, Aura Casanovas, Mireia Clotet, Vicens Clotet, Ricard Coderch, Roger





*Aura Casanovas arribant a Montserrat  
(Foto: Dolors Noguer)*

Codinachs, Montse Colet, Ramon Costa, Miquel Costa, Josep Crivillés, Josep Duran, Francesc Escola, Quico Fernández, Albert Farrés, Ramon Farrés, Pablo Giori, Guillermo González, Ivan González, Lluís Güell, Marta Homs, Miquel Hosta, Albert Ledesma, Agnès Maideu, Martí Massó, Carme Oferil, Josep Paré, Anton Parés, Josep Puigsec, Sergi Reina, Dídac Romero, Sònia Sánchez, Rafel Sánchez, Guillem Serrabasa, Santi Torres, Àngel Tort i Cristian Villar.

I com cada any, als participants que surten junts del local social del CET cap a Collformic, se'ls fa una foto que publiquem en l'informatiu i a la web.

Com cada any el CET va organitzar quatre avituallaments per donar suport moral i logístic als nostres participants. Aquests

quatre punts van estar situats a Aiguafreda, al pont de Ferreries, a Matadepera i a Monistrol de Montserrat. En el primer d'aquest punts, hi havia Ramon Curtichs, Gerard Paredes i Antònia Victori; en el segon, Roser Pujols i Miquela Blanch; en el tercer, Pere Castells i Pep Bosch, i en el quart Sílvia Barceló i Dolors Sallés.



*Participants del CET a la Matagalls-Montserrat (Foto: R. Curtichs)*

El divendres de l'altra setmana, els participants i els components dels avituallaments es van reunir en un sopar al Centre Cultural Costa i Font per celebrar l'èxit de la travessa, comentar l'experiència i començar a fer caliu per a l'any vinent.

## TARADELL - TOSSA DE MAR EN BTT

El 29 de setembre es va organitzar la pedalada Taradell-Tossa de Mar, amb la participació de set ciclistes. La ruta escollida passava per una tipologia molt variada de paisatges, des dels boscos de castanyers i avets del Montseny, continuant amb les alzines sureres de les Guilleries fins als pins pinyoners de la Costa Brava. En total un recorregut de 105 quilòmetres de camins amb un desnivell de 1.650 metres.

De matinada, encara fosc, vàrem sortir del CET, en direcció a Viladrau, passant pel coll de Bordoriol, vam baixar cap a la font del Regàs i vam entrar a la Vila d'Arbúcies. Allà vàrem fer parada per menjar una mica i agafar forces; encara quedaven dos terços de camí.

Sortint d'Arbúcies vàrem començar a enfilars pel bosc d'alzines sureres envers el castell de Farners, abans, però, vàrem parar a la roca Abellera, des d'on es té una vista de tota la vall i el castell de Farners. A partir d'aquí començava una baixada llarga fins a Santa Coloma, i després la ruta continuava cap a Llagostera. De nou vàrem fer una parada per agafar forces i fer el tram final: una pujada llarga fins a passar cap a puig de Cadiretes i, després, començar la baixada cap a Tossa de Mar en mig d'un ruixat de tarda que ens deixà a tots xops. Seguidament, a les 5 de la tarda vàrem arribar a Tossa de Mar i vàrem fer un bon bany a la platja.



*Participants a la Taradell – Tossa de Mar en BTT (Foto: J. Alemany)*

# ACTIVITATS

## IV DUATLÓ DEL BANDOLER

### TARADELL-MATAGALLS

El dia 20 d'octubre es faran el duatló del Bandoler i el duatló infantil. Aquest any es faran al mateix dia, primer es donarà la sortida al del Bandoler i seguidament començarà el duatló infantil.

La principal novetat del IV Duatló del Bandoler és el canvi de recorregut que passa a ser un duatló d'alta muntanya, ja que aquest any s'arribarà fins al cim del Matagalls.

El recorregut es compon de tres trams: el primer es farà amb BTT fins a arribar a Font Pomereta, on s'instal·larà la zona de transició; el segon tram serà a peu seguint un circuit circular pel coll de Saprunera fins a Matagalls i tornada a la Font Pomereta, i el tercer tram és de baixada amb BTT cap a cap de províncies i de nou a Taradell.

El recorregut total serà de 40 quilòmetres amb un desnivell acumulat de 3.030 m, repartit en tres trams:

- Tram 1 BTT: 17,15 km. Desnivell acumulat: ascens 770 m - descens 221 m
- Tram 2 A PEU (RUNNING): 12,90 km. Desnivell acumulat: ascens 635 m - descens 635 m.
- Tram 3 BTT: 9,95 km. Desnivell acumulat: ascens 110 m - descens 659 m

#### II Duatló XS (Infantil)

Aquest any el duatló infantil es fa el mateix dia que el duatló dels grans. A partir de les 8.30, quan ja s'hagi donat la sortida al IV Duatló del Bandoler, començaran les inscripcions i la recollida de dorsals del duatló infantil, i les curses començaran cap a les 9.30.

La prova esta oberta a tots els nens i nenes fins a 15 anys i constarà d'un tram corrent i un en bicicleta, la llargada i traçat dels quals varia segons l'edat.

El participants es reparteixen en 6 categories; fins a 5 anys, de 6 a 7, de 8 a 9, de 10 a 11, 12 a 13 i de 14 a 15, i la dificultat de la prova creix amb l'edat; des de 125 metres corrent i 500 metres en bicicleta per als més petits fins als 1.250 metres corrent i 4.500 metres en bicicleta per als més grans.

Hi haurà esmorzar i avituallament per a tots els participants, així com un petit obsequi.

Per atendre millor les necessitats d'informació d'aquest duatlons s'ha creat una pàgina web específica: <http://www.cetaradell.cat/duatlo/>

## XXXIV MARXA RUPIT - TARADELL

**Dia:** diumenge, 17 de novembre de 2013

**Recorregut:** 43,5 quilòmetres

**Data límit d'inscripció:** a les entitats d'estalvis fins al dijous dia 14 de novembre; el 16 de novembre a les oficines del CET, i el dia 17 a la sortida de Taradell o de Rupit. Les inscripcions fetes els dies 16 i 17 són al mateix preu per als socis i no socis i tenen un increment.

## Llocs on us podeu inscriure:

- Web del CET: [www.cetaradell.cat](http://www.cetaradell.cat)
- Local social del Centre Excursionista Taradell

Preus	Caminada	Autocar	Total
Soci	20 €	6,5 €	26,50 €
No soci	25 €	6,5 €	31,50 €
Dies 16 i 17	36 €	6,5 €	42,50 €

Cal fer un ingrés per a cada participant i indicar-ne el nom i cognoms.

**Obtenció de la targeta de control:** heu de presentar el rebut bancari. Podreu fer aquest intercanvi al local social del CET el dissabte 16 de novembre, de les 7 a les 9 del vespre, i el mateix dia de la marxa a la sortida de Taradell o de Rupit.

**Hora de sortida:** entre 2/4 de 7 i 2/4 de 8 del matí, del pont de fusta de Rupit. Per anar a Rupit hi haurà serveis d'autocars que sortiran de davant de l'església de Taradell, de 2/4 de 6 a 2/4 de 7 del matí.

## Bases

1. La marxa RUPIT-TARADELL és una prova no competitiva, oberta a tothom, que té per objectiu donar a conèixer una part de l'entorn de les Guillerries i Osona.
2. La marxa es farà el tercer diumenge de novembre.
3. La sortida serà entre 2/4 de 7 i 2/4 de 8 del matí de Rupit (pont de fusta). Per anar a Rupit hi haurà un servei d'autocars que sortiran des de 2/4 de 6 fins a 2/4 de 7 del matí de davant l'església de Taradell.
4. La distància total del recorregut és d'uns 43,5 quilòmetres.
5. L'itinerari estarà totalment marcat amb senyals de GR, PR i els propis de la marxa.
6. L'hora màxima d'arribada al local social del CET serà a les 6 de la tarda i a partir d'aquesta hora es donarà la marxa per acabada.
7. A partir de les 6 de la tarda l'organització es desvincula dels participants que no l'hagin acabat.
8. Controls i avituallaments: hi haurà el control de sortida, sis controls de pas i el control d'arribada. D'avituallaments, n'hi ha vuit durant el recorregut i el d'arribada. A tots serà imprescindible segellar la targeta de pas, per poder obtenir el rècord de la marxa. També serviran per notificar l'abandonament de la marxa; en aquest cas, cadascú es buscarà el seu mitjà de transport.
9. Tots els controls tenen hora de tancament que està reflectida a la targeta de pas.
10. No es donarà per vàlida la marxa dels participants que:
  - a. No presentin la targeta de control degudament segellada
  - b. No facin la totalitat del recorregut a peu
11. En cas de pluja la sortida es farà igualment.
12. Hi haurà un home escombra que, un cop hagi passat, donarà per tancat el control d'avituallament.

## **Disposicions finals**

1. Cal estar degudament preparat per fer aquesta marxa. L'organització es desvincula dels possibles accidents, danys que rebin o que causin els participants, o possibles pèrdues d'objectes personals, si bé es vetllarà per evitar-los.
2. El fet d'inscriure's representa l'acceptació d'aquestes bases. Qualsevol altre cas que no sigui previst en aquestes bases serà resolt per l'organització.
3. Per tal de ser respectuosos amb el medi ambient, juntament amb la targeta de control, es lliurarà un got que caldrà utilitzar en els avituallaments de la marxa.
4. L'organització no garanteix trobar gots a tots els controls.
5. Demanem a tots els participants que tinguin en compte no llençar deixalles pel camí i que siguin respectuosos amb la natura.

# **SORTIDA PER PORTAR EL PESSEBRE AL BACIVERS**

**Dia:** diumenge, 24 de novembre de 2013

**Lloc:** pic de Bacivers (2.681 m)

**Hora de sortida:** 2/4 de 7 del matí

**Lloc de sortida:** local social del CET, carrer Ramon Pou, 36 de Taradell

**Transport:** cotxes particulars

**Nota:** cal portar esmorzar i anar equipat amb roba i calçat de muntanya. Els interessats a participar-hi truqueu o passeu pel local de l'entitat, abans del dia 23 de novembre, per confirmar la vostra assistència i per confirmar l'hora de sortida, així com per comprovar que no hi ha hagut cap canvi.

# **SORTIDA PER PORTAR EL PESSEBRE A LES AGUDES**

**Dia:** diumenge, 15 de desembre de 2013

**Hora de sortida:** a 2/4 de 8 del matí

**Lloc de sortida:** local social del CET, carrer Ramon Pou, 36 de Taradell

**Transport:** cotxes particulars

**Nota:** cal portar esmorzar. Cal anar equipat amb roba i calçat de muntanya. Caldria portar alguna nadala per cantar.

# **CAVADA A MATAGALLS**

Com cada 25 de desembre us oferim la possibilitat de participar en una activitat que és un petit plaer i en la qual cada any s'apunta més gent. L'any passat van ser trenta-quatre els excursionistes que no van tenir mandra i es van aixecar del sofà per gaudir d'aquesta activitat.

**Dades tècniques de la sortida**

**Dia:** dimecres, 25 de desembre de 2013

**Hora de sortida:** a les 10 del vespre del local social del CET

**Transport:** cotxes particulars amb algun adhesiu del guarà català, del CAT, de l'escut del CET, de Catalunya Independent, de l'Estelada...

**Normes importants:** són les mateixes de cada any (excepte si les retallades arriben fins aquí), a més de les que s'hi puguin afegir a última hora. Aquestes normes són obligatòries i els darrers anys podem dir que s'han seguit correctament i esperem que aquest any no en sigui una excepció. Us les recordem a continuació:

- Cadascú ha de portar el cava, fresc, que vulgui consumir i una mica més per convidar els altres en senyal d'amistat. Per tant, si porteu un "benjamí", dient que la crisi us ha fet retallar despeses, no ens engalipareu, perquè hi ha caves bonets a preu de "benjamí".
- El cava, com sempre, **ha de ser cava**. I, com cada any, us recordem que no es poden portar sucedanis. No s'accepta ni vi gasificat ni similars. Esperem que no es trenqui aquesta tradició que ha esdevingut una de les normes principals d'aquesta activitat i per la qual tant hem hagut de lluitar, com ja és tradició en el nostre país. Aconsellem que els productes siguin de la terra i, si és possible, etiquetats en català. Si algú porta xampany o cava d'altres orígens no serem descortesos, si és de molta qualitat, però no s'ha de prendre com a exemple. Només els conductors són les persones autoritzades, millor dit obligades, a prendre begudes sense alcohol.
- Si la norma que el cava ha de ser cava és primordial, aquesta altra norma és la més important i sovint hi ha qui se la salta. El cava s'ha de beure en **copa de vidre** o cristall. No són permeses les imitacions de plàstic o d'altres materials per molt nobles, reciclables o biodegradables que siguin.
- Com que som **gent de seny**, es farà un **consum moderat de cava** i perquè, tot i que el consum sigui moderat, no hi hagi perill que ens pugui al cap i que perdem el nord, el sud, l'est, l'oest i els punts del carnet, l'acompanyarem amb el que més ens agradi. Cal que cadascú porti l'acompanyament que cregui adequat en quantitat i en qualitat a la seva constitució física i psíquica, sense oblidar-se de les dates. Per tant, us aconsellem que porteu: assortiment de torrons, varietat de coques, galetes, bombons, neules, mantegades, llonganissa, fuet, xocolata, etc.
- L'organització no es pot fer responsable dels excessos que puguin cometre els participants. Tothom ha de ser prou responsable d'ell mateix. Els menors han d'anar acompanyats de pares o familiars.
- L'organització pot variar el programa quan i com ho cregui necessari, i pot resoldre qualsevol situació de la manera que cregui oportuna.
- La participació en aquesta activitat d'aventura suposa l'acceptació de totes les normes.

### **Consells importants**

- Cal anar molt ben preparat per al fred i per a les adversitats climatològiques que puguin atacar-nos.
- És imprescindible portar sistemes d'il·luminació portàtils, com ara llanternes de mà o frontals, malgrat la bona lluna que els darrers anys ens ha acompanyat.
- És necessari recordar els últims acudits que hàgiu sentit per tal de posar-los en comú durant la cavada per riure una mica.

- Tampoc heu d'oblidar-vos dels equipaments de navegació que tingueu: brúixoles, GPS, mapes, telèfons mòbils (que només utilitzareu per a emergències)...

# **SORTIDA DE SENDERS, TEMPORADA 2013**

## **AMB TU, PAS A PAS**

### **Programa de sortides**

- 20 d'octubre de 2013: Pont de Molins - Santuari de la Salut - Sant Llorenç de la Muga (Alt Empordà)
- 24 de novembre de 2013: Castelló d'Empúries - Aiguamolls de l'Empordà - Sant Pere Pescador (Alt Empordà)

**Preu:** l'import de cada excursió correspon únicament al preu del transport i a la confecció del tríptic informatiu de la sortida, sense que l'organització hi tingui cap ànim de lucre.

**Inscripcions:** les inscripcions es podran fer el divendres i el dissabte de la setmana abans de la sortida i el dimecres de la mateixa setmana que es farà la sortida. Les places són limitades. En el moment de la inscripció s'ha de fer efectiu l'import. Per participar-hi cal disposar de la llicència federativa de la FEEC corresponent de l'any en curs i, com a mínim, ha de ser del nivell C. No s'admetrà cap participant sense llicència de federat.

**Organització:** UE Vic, CE Taradell, GE Campdevàdol, CE Ripoll, GE Bages

## **ACTIVITATS PERIÒDIQUES**

- **SORTIDES FAMILIARS.** Les sortides en família per a infants són excursions per diferents indrets, d'una durada d'unes tres hores, en les quals ens hem d'emportar el dinar i passem un bon dia a la muntanya. L'objectiu és que els nens i nenes coneguin la muntanya, el bosc, la natura, caminant unes quantes famílies juntes, tot jugant i descobrint-hi totes les possibilitats per gaudir-ne. Excursió rere excursió, pas a pas, ens endinsem per tots els racons d'Osona... Els interessats a participar-hi cal que us adreceu al local social de l'entitat i us n'informarem. Famílies, us hi esperem!
- **SORTIDES 100 CIMS.** Com que fer un calendari s'ha demostrat que és molt difícil d'acomplir, els que estiguen interessats a participar-hi cal que us poseu en contacte amb el CET i mirarem de muntar excursions.
- **SORTIDES AMB BTT.** Cada diumenge, a les 8 del matí, el grup de BTT es troba a la plaça de les Eres per fer sortides matinals. Els interessats a participar-hi us podeu trobar amb ells a l'hora i al lloc indicat, o bé us adreceu al local social de l'entitat i us n'informarem o bé us posarem en contacte amb algun dels organitzadors.



*Participants a la Taradell - Tossa de Mar (Foto: J. Alemany)*

## ***Centre Excursionista de Taradell***

*Carrer Ramon Pou, 36 • Telèfon i fax 93 880 04 78 • 08552 TARADELL  
horari d'oficina: de dimecres a dissabte, de 2/4 de 8 a les 9 del vespre  
[cetaradell@cetaradell.cat](mailto:cetaradell@cetaradell.cat)*